

Dott.ssa DEVI NAMBU DRIPAD

Metodo N.A.E.T.

# Di' addio alle tue allergie!



Edizioni



AMBITA

---

## Cosa sono le allergie

Un'allergia può essere definita come una "reazione eccessiva" o un'"ipersensibilità" del sistema immunitario a determinate sostanze. Secondo le teorie della medicina orientale, le allergie e le malattie ad esse collegate sono il risultato di una condizione prolungata di squilibrio dell'energia che scorre nei canali energetici (vi invito a leggere il decimo capitolo del mio *Say Good-bye to Illness*, sui meridiani dell'agopuntura, o ad approfondire l'argomento con uno qualsiasi dei testi di agopuntura indicati in bibliografia). Le reazioni allergiche più gravi sono dunque conseguenza di gravi squilibri del corso dell'energia in uno o più meridiani.

### **Le cause delle allergie**

La causa principale delle allergie è un "errore nel software" che regola l'attività cerebrale o, potremmo dire, un virus nel software del computer del cervello. Il virus causa un malfunzionamento del cervello e, di conseguenza, tutte le funzioni dell'organismo vengono intaccate, rendendo il corpo sensibile a tutto ciò che lo circonda perché il software danneggiato non è più in grado di riconoscere correttamente gli elementi dell'ambiente circostante. Il virus può penetrare nel corpo attraverso una delle modalità seguenti:

- eredità genetica: una tendenza allergica può essere ereditata dai genitori e dai familiari come caratteristica dominante o recessiva, ma la sua manifestazione può variare di generazione in generazione. Ad esempio, se un genitore soffre di emicrania, nei figli la tendenza allergica potrà manifestarsi

in forma di eczema o asma e non necessariamente come emicrania.

- Tossine: provenienti da cibi, bevande, farmaci, erbe, vitamine, fattori ambientali, cellule epiteliali animali, peli di animali, pesticidi, piombo, mercurio, detergenti chimici per il lavaggio a secco, detergenti chimici per la casa, acqua trattata chimicamente, acqua potabile, scorie industriali, aria inquinata, polline, fumo, fumo di sigaretta, eccetera.
- Infezioni: tossine prodotte nel corpo a causa dell'invasione di microorganismi come virus, batteri, parassiti, lieviti, candida, zecche (malattia di Lyme), eccetera.
- Tossine derivanti da vaccinazioni e immunizzazioni.
- Depressione del sistema immunitario: malattie croniche, disturbi autoimmuni.
- Problemi di malassorbimento: carenze nutritive, problemi digestivi, scarso assorbimento e assimilazione dei nutrienti, cibi stracotti, infetti o inadatti, malnutrizione.
- Carenze ormonali: asportazione degli organi riproduttivi, disfunzioni di ovaie, tiroide, ipotalamo, carenza di ormoni femminili e maschili, ormoni surrenali e pituitari.
- Disturbi post-traumatici: interventi chirurgici, incidenti, parto, stress collegato alla situazione lavorativa, scolastica o allo stile di vita, veterani di guerra, eccetera.
- Radiazioni e stress geopatico: lavorare troppe ore davanti allo schermo di un computer o alla televisione, vivere nelle vicinanze o sotto cavi elettrici molto potenti, vivere vicino a centrali energetiche, l'esposizione a materiali radioattivi, lavorare in condizioni climatiche estreme e senza l'abbigliamento adeguato.
- Scarsa attività fisica.
- Traumi emotivi: disarmonia nella triade mente-corpo-spirito legata a traumi passati o presenti, abusi subiti nell'infanzia o in epoche diverse, emozioni difficili come paura e rabbia cronica, partecipazione a sette religiose, vittimizzazione, eccetera.

Nelle persone che soffrono di allergie, il normale *imprint* ("memoria") dell'innocuità di sostanze come arachidi, pesce, pollini, polvere, profumi, e così via è stato in qualche modo can-

cellato dalla memoria nel momento del passaggio del materiale genetico o in situazioni di stress (esposizione a radiazioni estreme, tossine batteriche o chimiche, eccetera) ed è stato sostituito da una nuova informazione che identifica quelle stesse sostanze come pericolose. Perciò, il sistema immunitario identifica erroneamente una sostanza innocua come un intruso pericoloso che deve essere distrutto. Quando un soggetto allergico viene esposto a qualcosa che percepisce come allergene, il sistema immunitario produce anticorpi per combatterlo come se fosse un pericoloso invasore.

Le allergie di solito fanno la loro comparsa durante l'infanzia o l'adolescenza. L'insorgenza dei sintomi allergici, tuttavia, può avvenire a qualsiasi età o, in alcuni casi, ripresentarsi dopo lunghi anni di inattività. Un'allergia è generalmente una condizione ereditaria, tuttavia può manifestarsi nei discendenti in modo completamente diverso da come si era manifestata nei progenitori. L'epoca dell'insorgenza della condizione allergica dipende dal grado in cui è stata ereditata: più forte è il fattore ereditario, prima si manifesterà. Le ricerche hanno dimostrato che quando entrambi i genitori erano (o sono) soggetti sensibili dal punto di vista allergico, i figli hanno dal 75 al 100 per cento di possibilità di reagire ai medesimi allergeni o a sostanze simili. Se nessuno dei genitori era (o è) allergico, la possibilità che si sviluppino un'allergia nella prole crolla drammaticamente a meno del 10 per cento.

Secondo le statistiche rilasciate dal CDC (Centre for Disease Control), ogni anno più di 50 milioni di americani soffrono di disturbi allergici, ed è stimato che, sempre negli Stati Uniti, fino a due milioni (l'8 per cento) di bambini soffrano di allergie alimentari. Lo stesso dicasi per il 2 per cento degli adulti. Secondo il CDC (statistiche del 1996), la sinusite cronica è la malattia del tratto respiratorio più comunemente riportata e colpisce il 12,6 per cento delle persone (circa 38 milioni). Secondo il «Journal of the American Medical Association» (270:2456-63, 1993), l'allergia alle punture di insetti (api, vespe, calabroni e formiche rosse) è relativamente comune, con una prevalenza del 3,3 per cento delle reazioni sistemiche negli americani adulti. Il «Journal of Allergy and Clinical Immunology» (103:559-62, 1999) ha riportato che l'allergia alle arachidi affligge circa

3 milioni di americani e causa le reazioni più gravi tra tutte le allergie alimentari. ACAAI (l'American College of Allergy, Asthma and Immunology) ha riportato che le riniti stagionali, spesso chiamate “febbre da fieno”, affliggono più di 35 milioni di persone negli Stati Uniti. Secondo un resoconto statistico dell'ACAAI, se un genitore presenta condizioni allergiche, il rischio stimato che il figlio sviluppi una forma di allergia è del 48 per cento; rischio che aumenta fino al 70 per cento se entrambi i genitori hanno una storia di allergie.

Le differenze di grado nelle manifestazioni allergiche tra persona e persona dipendono dunque da quelle nei fattori ereditari, ma indipendentemente da essi, così come da età, genere o razza, tutti possono manifestare reazioni allergiche in qualsiasi momento se questa tendenza è presente.

In alcuni casi, anche quando i genitori non sono soggetti allergici i figli possono essere portatori della predisposizione genetica a sviluppare allergie. In questi casi, esistono diverse possibilità:

- i genitori possono aver sofferto di malattie o condizioni gravi. Ad esempio, malaria contratta prima della nascita del bambino, che ha causato alterazioni del codice genetico.
- Durante la gravidanza, la madre può essere stata esposta a sostanze pericolose come radiazioni (raggi X), sostanze chimiche, eccesso di caffeina, alcol, droghe o antibiotici.
- Può esserci stata un'alterazione del codice genetico causata da tossine legate a una malattia (infezione da streptococco, come una faringite, morbillo o varicella).
- Una donna può aver vissuto una situazione fortemente traumatica nel corso della gravidanza (abuso, divorzio, abbandono, la morte del compagno, eccetera).
- I genitori potrebbero aver vissuto in condizioni di grave malnutrizione (per mancanza di cibo o mancata assimilazione dovuta a scarso assorbimento, che può essere causato anche da fattori diversi dalle allergie), con la conseguente possibilità di generare mutamenti cellulari nell'embrione in fase di crescita.

Ciascuna di queste condizioni potrebbe essere stata causa dell'alterazione del codice genetico e aver mutato il messag-

gio da trasferire alla generazione seguente. Come risultato, gli organi e i tessuti che si suppone si sviluppino normalmente potrebbero invece aver subito una compromissione delle proprie funzioni.

Le persone possono essere allergiche a qualsiasi sostanza con la quale vengono a contatto. Se proviamo a guardarci attorno (e vale anche per le persone cosiddette sane), scopriremo la presenza evidente o nascosta di allergeni come concausa in quasi tutti i disturbi di salute. Questi allergeni possono includere:

- additivi alimentari: solfiti, nitrati, glutammato monosodico, coloranti alimentari.
- Agenti di rischio biologico: scorie industriali, insetticidi e pesticidi.
- Animali e prodotti animali: cellule epiteliali animali, pelo, lana, lanolina, eccetera.
- Attrezzi da lavoro.
- Benzina e altri oli greggi.
- Bevande: acqua, alcol, bibite analcoliche, caffè, tè.
- Cibi: alimenti di origine vegetale naturali o geneticamente trattati, legumi, frutta.
- Condizioni meteorologiche come freddo, neve, caldo, umidità, vento.
- Cosmetici: lozioni per il corpo, cosmetici, rossetti e prodotti per capelli.
- Elementi ambientali: erba, piante, alberi, pollini, fiori, sabbia.
- Erbe e prodotti derivati: tè, integratori.
- Farmaci: prescritti o da banco.
- Fiori: profumi a base di fiori, eccetera.
- Integratori alimentari: vitamine, minerali.
- Lattice: gomma, elastina, soles delle scarpe in gomma.
- Legno: mobili, armadi, tavoli, matite e decorazioni.
- Materiali da costruzione: vernici, diluenti, isolanti, cartongesso, formaldeide piastrelle di ceramica.
- Materiali presenti nei letti: materassi, cuscini e lenzuola.
- Materiali scolastici.
- Mercurio: dentifrici, pesci, pesticidi, agenti antibatterici.
- Microorganismi: batteri, virus, parassiti, micoplasmi e clamidia.

- Muffe: lieviti, funghi, candida.
- Piombo: tubature in piombo, mine delle matite, vernici e metalli pesanti.
- Plastica: tastiere del computer, mouse, e casalinghi.
- Polveri: polvere domestica, polvere industriale.
- Prodotti cartacei: giornali, carta igienica, libri.
- Profumi: colonie, dopo barba, saponi.
- Scarpe e pantofole.
- Tessuti: poliestere e altri tessuti di origine petrolchimica, ma anche nylon, cotone, seta, viscosa, eccetera.
- Veleno di insetti: punture di api, scorpioni e zanzare.
- Vinile: scarpe, pantofole, borse, divani, tende, tapparelle, eccetera.

Negli individui sensibili, il contatto con un allergene qualsiasi può dare origine a una varietà di sintomi di diverso grado, da un prurito leggero a un grave gonfiore dei tessuti, da una leggera sensazione di stanchezza allo shock anafilattico. Gli allergeni, ingeriti, inalati o toccati, mettono in allerta il sistema immunitario e questo, spaventato e confuso, ordina la produzione e l'immediato rilascio di immunoglobuline e altri mediatori chimici.

Questi mediatori del sistema immunitario vengono rilasciati come parte della risposta immunitaria del corpo per contrastare l'effetto dell'invasione di sostanze estranee pericolose (gli allergeni). Alcuni soggetti particolarmente sensibili possono sviluppare allergie nei confronti di questi stessi mediatori del sistema immunitario: nei loro organismi, le secrezioni endogene o i mediatori del sistema immunitario, quando vengono rilasciati nel flusso sanguigno per combattere quelli che il corpo considera dei pericolosi invasori, producono sintomi fisici, fisiologici e psicologici abnormi, in vario grado. Quando il corpo reagisce in modo avverso ai mediatori del sistema immunitario, esso non può vincere nella lotta contro gli invasori e allora, percependosi in una condizione di debolezza, esagera la risposta fisica, fisiologica o psicologica di reazione agli invasori, originando così le malattie.

Esistono milioni di potenziali allergeni. I nostri corpi interagiscono e reagiscono alla loro presenza migliaia di volte ogni giorno. Solo alcune persone sviluppano reazioni avverse, mentre altre

ci vivono felicemente in mezzo, mangiandoli e godendo dei loro effetti positivi: si tratta di persone normali con sistemi immunitari normali. Quando il sistema immunitario funziona correttamente, infatti, le reazioni allergiche rimangono sotto controllo, poiché esso rilascia mediatori appropriati per combattere l'invasore e vincere. Questi mediatori riportano la situazione sotto controllo nell'arco di pochi secondi, rinforzando le funzioni dell'organismo per velocizzarne le funzioni metaboliche: neutralizzano la tossina o rafforzano la digestione nel caso in cui la sostanza nemica sia una proteina del cibo, come avviene con le arachidi; neutralizzano la reazione chimica nel caso in cui la sostanza nemica sia un pesticida, mercurio, o una sostanza chimica usata, ad esempio, per depurare l'acqua di una piscina; distruggono la tossina nel caso in cui si tratti di batteri, virus, parassiti, eccetera.

Il sistema immunitario rilascia anche sostanze chimiche come istamine, endorfine, encefaline, leucotrieni, bradichinine, interleuchine e così via, che possono causare sintomi come l'infiammazione delle membrane delle mucose del naso e delle vie aeree, o in qualsiasi altra zona del corpo, col pretesto di neutralizzare o scacciare l'invasore. Negli individui sensibili, questi mediatori possono anche provocare aumento o diminuzione: del battito cardiaco, della temperatura corporea, della pressione e della circolazione del sangue, della produzione di muco, della produzione di sudore, della produzione di urina, delle contrazioni muscolari, del rilassamento muscolare, provocando difficoltà respiratorie, sensazione di soffocamento, e addirittura shock anafilattico.

Quello che all'inizio sembrava un innocente caso di errore di valutazione, si è ora trasformato in una reazione allergica, che nel caso di completo arresto del sistema può rivelarsi potenzialmente mortale.

Alle persone alle quali le reazioni allergiche causano solo un minimo disturbo, per ottenere sollievo possono bastare i trattamenti tradizionali a base di semplici antistaminici o rimedi locali; ma per chi soffre di forme più gravi, l'unica speranza che la medicina tradizionale è generalmente in grado di offrire è data o da un'immunoterapia a lungo termine o dalla totale astensione dalle sostanze allergizzanti. Certo, l'immunoterapia è costosa e richiede molto tempo, e spesso non garantisce risultati soddisfacenti. La maggior parte delle persone alla fine si ritrova a doversi



privare per tutta la vita di molte cose che altrimenti avrebbero potuto dargli gioia e appagamento. Tra le lamentele più comuni sentiamo: «Le allergie hanno preso il controllo sulla mia vita», e «Le cose che più vorrei per essere felice sono proprio quelle che mi provocano le reazioni allergiche più forti».

Anche nel caso in cui si tenga alla larga dalle sostanze allergizzanti, non c'è garanzia che il soggetto interessato riuscirà a evitare tutte le situazioni di rischio e, così, l'insorgenza di reazioni allergiche. Col progresso della scienza e della tecnologia, il nostro stile di vita è infatti cambiato drasticamente, e tutti i giorni vengono sviluppati nuovi prodotti, che per molti costituiscono potenziali allergeni. La qualità della vita è migliorata, ma per alcuni soggetti allergici gli sviluppi scientifici hanno creato solo un maggior numero di incubi.

Per riuscire a godersi la vita, i pazienti allergici devono trovare il modo di superare le reazioni avverse alle sostanze chimiche e agli altri allergeni prodotti dalla tecnologia. Il programma delle tecniche per l'eliminazione delle allergie di Nambudripad (NAET), riprogrammando il cervello perché divenga in grado di garantire una salute ottimale, offre una prospettiva di sollievo a tutti coloro che soffrono di ripetute reazioni allergiche. Proprio come accade quando riavviamo il computer, attraverso le tecniche NAET possiamo riavviare il nostro sistema nervoso per renderlo capace di superare le reazioni avverse del cervello, del corpo o di entrambi.

Ai sintomi delle allergie si sovrappongono quelli di diverse condizioni patologiche: viviamo in una società orientata al sintomo, per cui, appena una persona manifesta un particolare sintomo, gli diamo subito il nome scientifico con cui da quel momento in poi lo riconosceremo. Ad esempio: un uomo beve un bicchiere di succo d'arancia tutte le mattine a colazione. Verso le 10 del mattino avverte un formicolio e una sensazione di intorpidimento a entrambi i piedi al di sotto delle caviglie. Questa condizione viene chiamata "neuropatia" dovuta a cause sconosciute. Abbiamo a disposizione diverse cure e farmaci per ridurre o eliminare i sintomi non appena si manifestano, cure che la maggior parte delle volte funzioneranno: i sintomi diminuiranno o scompariranno istantaneamente quando il paziente assumerà il farmaco; medici e pazienti saranno felici e non penseranno più ai sinto-

mi finché essi non appariranno di nuovo. Nessuno sembra volersi prendere il tempo per guardare alle cause che hanno prodotto in origine il sintomo, almeno fintantoché il soggetto risponde alle cure. Questo è stato il caso di Marion, sessantadue anni, che soffriva di neuropatia idiopatica ai piedi. Dopo aver sopportato il dolore per nove anni, è stato sottoposto ai test NAET da un operatore qualificato e si è scoperto che era allergico alla vitamina C e agli agrumi. Una volta esposto al trattamento per la vitamina C (succo d'arancia) col metodo NAET, la sua neuropatia idiopatica è scomparsa e sono cinque anni che non si ripresenta. Tania, quarantadue anni, soffriva invece di mal di testa sopra agli occhi e alla fronte tutti i pomeriggi intorno alle 17, situazione che durava da sette anni. Quando l'ha riferito al suo medico, questi le ha prescritto una cura a base di efedrina da assumere tutti i giorni alle 17: bastavano dieci minuti per far passare il mal di testa, ma questo ritornava puntuale il giorno dopo, così Tania non usciva mai di casa senza la sua efedrina.

Quando è venuta da me, ho fatto un'analisi accurata della sua situazione. Ho ripercorso nei dettagli la sua storia con particolare attenzione alle abitudini alimentari, e ho scoperto che tutti i giorni intorno alle 16:30 beveva una tazza di tè. Non saltava mai nemmeno un pomeriggio né beveva tè o caffè in un altro momento della giornata; non le piaceva la cioccolata né assumeva altri prodotti contenenti caffeina. Si è scoperto che era allergica al tè, e questo aveva intaccato il meridiano dello stomaco, producendo il mal di testa frontale. Sottoposta al trattamento col metodo Naet per il tè ed evitato di berne per 25 ore, come da istruzioni, non ha accusato alcun mal di testa. Per la prima volta dopo anni non ha preso l'efedrina. Il giorno seguente ha bevuto regolarmente il suo tè, ma il mal di testa delle 17 non è mai più tornato.

### **Autovalutazione**

Soffrite di una qualche allergia? O di disturbi di origine allergica? Di seguito troverete una check list delle allergie che vi aiuterà a valutare la vostra situazione per scoprire se avete qualche allergia attiva o latente.

Il modo migliore per trovare una soluzione efficace sta nell'identificare il problema.

Descrivete il vostro problema principale in un'unica frase

.....  
 .....  
 .....

Quando avete cominciato ad avvertire il problema? Se non ricordate il momento esatto in cui ha cominciato a verificarsi, scrivete la data approssimativa.

.....  
 .....

Sulla base della seguente lista, attribuite un valore ai vostri sintomi su una scala da 0 a 10.

1. Come valutereste il vostro livello di energia nei seguenti orari?  
 6:00 [.....], 8:00 [.....], 10:00 [.....], 12:00 [.....], 14:00 [.....], 16:00 [.....], 18:00 [.....], 20:00 [.....], 22:00 [.....], 24:00 [.....], 2:00 [.....], 4:00 [.....]
2. Come valutereste il vostro appetito? .....
3. Come valutereste la vostra digestione? .....
4. Come valutereste la vostra l'evacuazione? .....
5. Come valutereste il vostro sonno? .....
6. Come valutereste la vostra lucidità mentale? .....
7. Come valutereste il vostro benessere generale? .....

### *L'orologio dell'associazione organi-meridiani*

L'energia, per passare da un meridiano all'altro, impiega due ore. Se essa può viaggiare tra i meridiani senza interruzioni nel flusso, l'individuo dovrebbe percepire alti livelli di energia generale, ma se invece un meridiano presenta un blocco dell'energia, questo si rifletterà sullo stato di salute, e vi sentirete stanchi e con poca voglia di fare. Verificate il vostro livello di energia ogni due ore, quando essa si trova al centro di ciascun meridiano. Controllate alle 6:00 per verificare le condizioni del meridiano dell'intestino crasso (il cui intervallo di tempo va dalle 5:00 alle 7:00) e così via. Dopo aver individuato il momento in cui la vostra energia è più debole, rintracciate il meridiano corrispondente nella lista seguente. Poi, andate al quinto capitolo di questo libro (troverete informazioni dettagliate sui meridiani secondo

l'agopuntura nel capitolo 10 del mio *Say Good-Bye to Illness*) per saperne di più sul vostro stato di salute. In ultimo, consultate il capitolo 8 per le tecniche di autobilanciamento dell'energia e ripetetele una o due volte al giorno per un paio di settimane. Non importa quale sia la vostra condizione generale, il vostro livello energetico ne trarrà giovamento.

Orologio degli organi con l'indicazione dei periodi di maggiore attività.

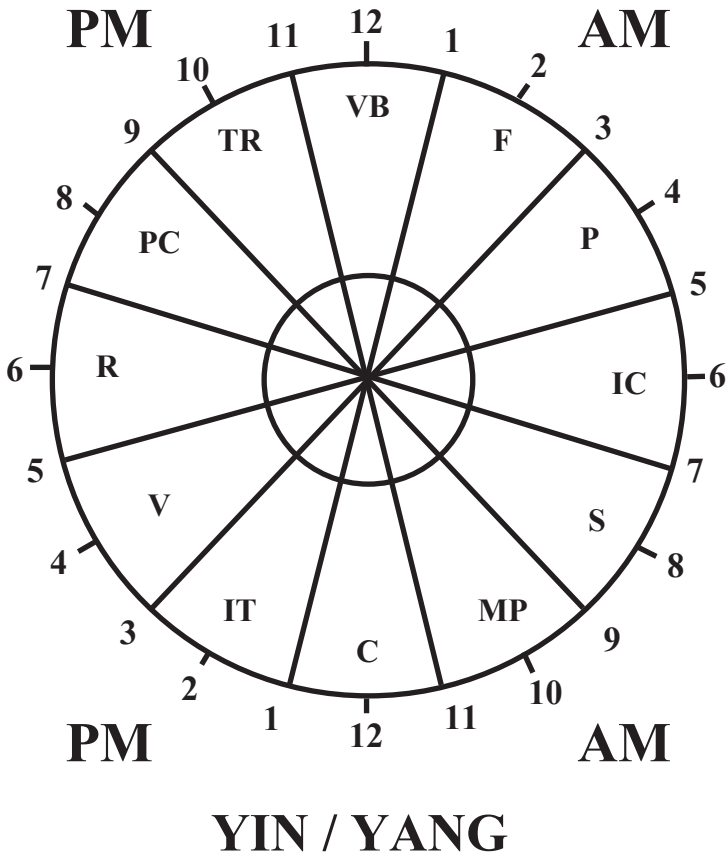


Fig. 1 - Orologio degli organi associati ai meridiani